



Invitasjon til aktivitetshelg 12. – 14. september 2025

Ivaretagelse og inkludering av barn og ungdom som er rammet eller pårørende er høyt prioritert i Hjernestvulstforeningen. Vi ønsker med aktivitetshelger å bidra til samhold, vennskap, hygge og mestring.

Det er derfor en stor glede for fjerde år på rad å invitere barn og ungdom fra 5 til 20 år med familier til en spennende og sosial aktivitetshelg 12.–14. september 2025. I år møtes vi på Quality Hotel Skifer Oppdal hvor vi skal ha mye moro sammen.

Oppmøte er fredag 12.09. senest kl 16 og avslutning søndag 14. senest kl 14:30

Påmeldingsfristen er 15. juni.

Nytt av året er at det kan velges mellom forskjellige aktiviteter som går samtidig. **Vi ber om at det allerede ved påmelding velges ønsket aktivitet, men at vi må ta forbehold om endringer ut fra kapasitet mm. Vi tar kontakt med hver enkelt før vi eventuelt gjør endringer.**

Ved stor interesse vil medlemmer bli prioritert.

I påmeldingsskjemat oppfordres alle til å merke av for hvilken aktivitet som ønskes på lørdag og søndag. Alternativene er på Lørdag: A eller B. og Søndag: C eller D før lunsj og G eller K som siste tilbud hvis det blir tid.

Vi prøver å imøtekomme ønskene så langt det er mulig, men vi vil kontakte alle i forkant og avklare eventuelle endringer. Målet er at alle skal få gode opplevelser!

Program vi tar forbehold om mindre endringer

Fredag:

- Innsjekk: fra kl 15:00
 - Velkommen kl 16:30
 - Middag kl 17:00
 - Etter middag: kl 18:00 Drømmeland med bowling
- <https://www.oppdalbowling.no/kontakt-oss/>

Lørdag:

- A Villmarksleir del I kl 09:30 – 12.30 - Alternativ A
- A Hesteridning/kjøring kl 13:00 - 16:00 - Alternativ A
- B Familerafting 6år+ kl 10:00 – 14:30 - Alternativ B
- Matpakke lunsj underveis
- Middag kl 18:00 - 19:00
- Opplegg i regi HSF Ung kl 19:00 - 21:00

Søndag:

- C Curling 10+ kl 09:30 - 11:30 - Alternativ C
- D Skyting for mestring kl 09:30 – 11:30 - Alternativ D
- G. Gondol kl 12:00 – 13:30 - Alternativ G
- K Klatrevegg Krux kl 12:00 – 13:30 - Alternativ K

Hvis noen må dra tidligere kan en stå over G og K

- Matpakke lunsj underveis
- Avslutning på hotellet kl 13:45 – 14:00

Ellers blir det på hotellet så mye softis og popcorn du bare klarer i tillegg til avslappende spillmuligheter og andre aktiviteter. Hotellet ligger i sentrum med kort vei til både butikker og natur. Det er ingen, eller få krav til funksjonsnivå til de fleste aktivitetene – det du har lyst til blir du med på!

Aktivitetshelgen er åpen for alle, men ikke medlemmer betaler en egenandel på kr 1 000 for voksen og kr 500 for barn og ungdom under 18 år. Medlemmer deltar gratis.

Antall plasser avgrenses til ca 20 barn/ungdommer med voksen/foresatt, totalt ca 40.

Hvis interessen er større enn det er plasser, vil vi foreta et utvalg slik at vi får med en god fordeling melleom rammet og pårørende, samt en spredning i alder.

Det er gjort avtale med SJ NORD og det blir gratis togreise tur/retur Oslo og Trondheim til Oppdal stasjon. Stasjonen ligger i gåavstand til hotellet.

De som har behov for å søke reisestøtte tar kontakt med sekretariatet v/Trond så tar vi en individuell vurdering med diskresjon.

Overnatting i dobbeltrom og alle måltider er gratis. Ved påmeldingen ønsker vi der opplyses om ev. matallergier, behov for ekstra seng eller familierom, spesielle behov som vi skal ta hensyn til. Vi ber om at alle deltagere (alle familiemedlemmer osv.) fyller ut påmeldingsskjema og at påmeldingsskjemaet besvares. – winorg-----

Bindende påmelding med frist: 15. juni 2025 via -----

Spørsmål og andre henvendelser kan gjøres til Trond –
trondj@hjernesvulst.no eller tel./SMS 905 49 852

Hvis du skulle bli en av de som ikke får plass i år så har vi som mål at dette skal være et årlig arrangement.

Vi tar forbehold om mindre endringer i programmet.

Vi venter spent på din påmelding☺



